

Prof. Dr. Stefan Bauberger SJ, Hochschule für Philosophie München

## Was passiert in der Meditation? Ein fernöstliches Beispiel ganzheitlicher Erfahrung.

### Zen-Buddhismus: Ein ausgearbeiteter und bewährter meditativer Weg

- Entstanden in China (als Ch'an) im 6.-12. Jahrhundert, als eine Schule des Buddhismus, mit Integration von taoistischen Elementen.
- Verbreitet auch in Japan und Korea, auch in Vietnam
- Im 20. Jahrhundert großer Einfluss im Westen, auch auf „christliche Kontemplation“

### Zen und Meditation

- Die Ethymologie, Zen ← Ch'an ← Dhyana (sanskrit: „Meditation“) verweist darauf, dass sich diese Schule innerhalb des Buddhismus durch ihre starke Betonung des Werts von Meditation profiliert hat.
- Andererseits: Es gibt viele klassische Zen-Texte, die das unmittelbare Erkennen hervorheben und polemisch gegen die Meditationspraxis stellen. (Baso und Nangaku)
- Erkenntnis des Buddha-Seins gegen die Ich-Illusion, ein Buddha zu werden (besser zu werden).
- „Ganzheitliches“ Erkennen
- Was ist Erkenntnis bei Rut Björkman?

### Worum geht es in der Meditation?

- Das Problem der Dualität: Das Ich, das Selbst, das der Welt gegenüber steht.
- Diskursives Erkennen bleibt in der Dualität gefangen.
- Meditation als unmittelbares Erkennen der Wirklichkeit, die Wirklichkeit in ihrer „Soheit“.
- Diskursives oder nicht-duales Erkennen bei Rut Björkman?

### Die Dynamik von Glaube und Zweifel und die Erlösung (Befreiung)

- Großer Glaube + großer Zweifel → Dynamik der Meditation
- Glaube: „Ich bin Buddha.“ (Nicht: „Ich kann Buddha werden.“). Zweifel: „Was bedeutet das angesichts meiner Wirklichkeit?“. (Koan Mu).
- Erlösung: Gebrochenheit, Nicht-Dualität. Nicht einfach als große Einheit, sondern als „Wahres Selbst, das ein Nicht-Selbst ist“.
- Erlösung: Rückkehr (Abstieg) in die Dualität, „in die Illusionen“.
- Frage: Gibt das Element des Zerbrechens der Ich-Struktur bei Rut Björkman?
- Frage: Gibt es den (anti-gnostischen) „Abstieg“ bei Rut Björkman?